



Prevalensi Nyeri Leher Terkait Kinerja dan Faktor Resikonya Pada Pegawai di RS Mitra Keluarga Surabaya

Dwi Darmawan ¹, Ahmad Abdullah ², Rachma Putri Kasimbara ³, Yohanes Deo Fau ⁴

^{1,2,3,4} Prodi Sarjana Fisioterapi, Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan, ITSK RS dr Soepraoen V/Brawijaya, Malang, Indonesia

INFORMASI

Korespondensi:
ddarmawan908@gmail.com



Keywords:
Neck Pain, Pain Prevalence, Work Performance

ABSTRACT

Objective: The performance system is a process carried out by employees when carrying out a job, operating work tools related to work posture and duration of work that produces something concrete that can be measured. To achieve good performance, the comfort aspect while working is very important. Neck pain is one of the problems that are often felt by employees with risk factors. Neck pain is an uncomfortable sensation that arises in the neck that brings unpleasant things related to actual or potential damage, both specific and non-specific. The cause of neck pain is influenced by several factors including; musculoskeletal factors, nervorum factors, vascularization factors, and joint factors.

Methods: This type of research uses a case-control design analysis and observation using an observational approach with a questionnaire as a tool. The independent variables in this study were risk factors while the dependent variable was the prevalence of neck pain. The sample size in this study was 30 employees of the Mitra Keluarga Hospital Surabaya who worked in a sitting position using computer work equipment and were divided into 2 groups. Both groups were given a questionnaire to collect data, after the data was collected then its prevalence was analyzed.

Results: Neck pain is one of the problems that is often felt by employees of Mitra Keluarga Surabaya Hospital where researchers have conducted research on the prevalence of neck pain related to performance and its risk factors which shows 66.6% of employees of Mitra Keluarga Surabaya Hospital feel pain in the neck due to risk factors.

Conclusion: The prevalence of neck pain among employees at Mitra Keluarga Hospital, Surabaya, related to their performance and performance factors, is 66.6%.

PENDAHULUAN

Suatu gangguan nyeri leher merupakan keluhan nyeri yang terjadi ditulang belakang bagian atas (*Cervical Spine*) dan ditandai dengan ketegangan, cedera, atau gangguan fungsi pada persendian, otot, dan bagian leher lainnya (Thompson et al., 2013). Tulang belakang leher merupakan bagian dari tujuh tulang belakang yang menopang kepala, yang menciptakan postur dan gerakan kepala yang benar untuk mengatur diarea penglihatan, *balance* dari *vestibular*, dan serta siklus dari pendengaran dua arah (Wahyuningsih, 2017). Menurut anatominya, tulang leher memiliki 7 ruas (C1 – C7). Susunan pertama (*atlas*) dan kedua (*axis*) mempunyai *discus* yang disusun kuat oleh berbagai ligamen yang kompleks. Bentuk dari kedua *vertebra* ini sangatlah beda tidak sama dengan *vertebra cervical* lainnya. *Atlas* menyalarkan bagian atas dengan tulang *oksipital* (Sendi *Atlanto-Oksipital*) dan bagian bawah dengan *axis* (Sendi *Atlanto-Axial*). Sendi *atlanto-axial* terlibat dalam rotasi *cervical* 50%, dan sendi *atlanto-oksipital* terlibat dalam fleksi dan ekstensi 50%. Anatomi C2 dan fitur unik dari persendiannya mempersulit penilaian patologisnya. Tulang belakang leher bagian bawah terdiri dari 5 *vertebra cervical* C3-C7, dimana setiap *vertebra* memiliki tubuh dengan permukaan atas cekung dan permukaan bawah cembung. Area dipermukaan atas dari *body* ini memiliki *prosesus* yang menonjol keatas nampak terlihat layaknya kait yang bisa dikatakan *prosesus uncinata*, dimana 12 memiliki kegunaan sendiri-sendiri yaitu mengartikulasikan pada area yang memiliki tekanan dalam bagian *lateral inferior body* pada *vertebral superior*, umumnya dikatakan *echancrure* maupun *anvil* (Kurniasih, 2011).

Sedangkan menurut anatomi ototnya, leher ditopang oleh 3 sisi bagian otot yaitu depan, belakang dan samping. pada bagian depan, terdapat otot *Prevertebralis Cervikal* dan *otot Hyoid*. Pada bagian belakang dibentuk oleh otot *Splenius Capitis* dan *Cervicis*, grup otot *Suboccipitalis*, *Erector Spine*, serta otot *Semispinalis Cervicis* dan *Capitis*. Bagian ini terbagi atas otot *Scalenus Anterior*, *Posterior* dan *Medius*, serta otot *Sternocleidomastoid* (Wahyuningsih, 2017).

Nyeri leher sebagai sebuah rasa ketidaknyamanan berupa sensasi merasakan nyeri yang timbul dimulai dari bagian atas yaitu di daerah yang terbatas oleh garis *nuchae*, sampai dengan bagian di bawah yaitu garis imajiner *transversal* pada ujung *processus spinosus thorakal* 1, serta dibagian sisi samping yaitu area

lateralis leher (Kudsi, 2015). Penyebab pada nyeri leher di pengaruh oleh beberapa faktor diantaranya yaitu; musculoskeletal, faktor nervorum, faktor vascularisasi, dan faktor bagian persendiannya (Hudaya dalam Prayoga, 2014). Nyeri leher seringkali disertai dengan gejala yang tidak spesifik seperti leher kaku yang dapat pada salah satu atau bagian sisi leher keduanya serta memiliki gangguan nyeri di kepala, nyeri leher yang non spesifik ini murni bisa disebabkan oleh otot atau struktur musculoskeletal terkait dengan postur atau posisi, leher yang salah saat bekerja, dan kerja otot leher yang berlebihan dalam jangka waktu tertentu (Giannoula et al., 2013). Menurut Biro Statistik Tenaga Kerja AS, pada tahun 2013 terdapat 380.600 penyakit muskuloskeletal di industri dengan rata-rata angka kehadian sebanyak 35 per 10.000 pekerja tetap memiliki laporan nyeri muskuloskeletal (MSD) yang menyebabkan kecelakaan dan penyakit akibat kerja (Dewi, 2016). Banyak faktor yang mungkin terlibat dalam nyeri leher. Terutama faktor fisik dan faktor biomekanik, sosialpsikologis, dan personal (Liyange et al., 2014). Dimana pada penelitian ini akan membahas mengenai faktor; Posisi duduk, Durasi duduk, Usia, Masa kerja, IMT, dan Jenis Kelamin terhadap kejadian nyeri leher.

Penelitian ini merupakan analisa yang bertujuan mengetahui pravalensi nyeri leher terkait faktor resikonya pada pegawai RS Mitra Keluarga di kota Surabaya. Penelitian ini sangat penting dilakukan agar dapat menghindari terjadinya nyeri leher yang dapat mengganggu kinerja pegawai yang disebabkan oleh faktor-faktor yang telah dijelaskan diatas.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan analisis desain kasus-kontrol dan observasi menggunakan pendekatan observasional dengan alat bantu kuesioner. Penelitian dilakukan selama bulan September 2021 di RS Mitra Keluarga Surabaya yang berlokasi di Jl. Satelit indah II Darmo Satelit Town Surabaya. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Faktor resiko (Posisi Duduk, Durasi Duduk, Usia, Masa Kerja, IMT dan Jenis Kelamin), sedangkan variabel terikatnya adalah pravalensi nyeri leher. Ukuran sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang pegawai RS Mitra Keluarga Surabaya yang bekerja dengan sikap duduk yang menggunakan perangkat kerja komputer dan dibagi dalam 2 kelompok yaitu Kelompok kasus sebanyak 15 orang dan Kelompok kontrol sebanyak 15 orang yang ditentukan berdasarkan keluhan utama, anamnesa faktor resiko dan pemeriksaan penunjang

Fisioterapi. Kedua kelompok diberikan kuisioner untuk mengumpulkan data, setelah data terkumpul kemudian dianalisa pravalensinya menggunakan aplikasi SPSS versi 26.00.

(73,3%), nilai IMT Obesitas 1 sebanyak 6 orang (40%) dengan jumlah perempuan lebih banyak sebanyak 10 orang (66,6%).

HASIL

Tabel 1. Distribusi Faktor Resiko Nyeri Leher

Faktor Resiko		Kelompok Kasus		Kelompok Kontrol	
Posisi Duduk	Ergonomis	7	46,7%	11	73,3%
	Non-Ergonomis	8	53,3 %	4	26,7%
Durasi Duduk	Singkat (<2jam)	2	13,3%	10	66,6%
	Lama (>2jam)	13	86,7%	5	33,4%
Usia	Remaja (17 -25 Tahun)	2	13,3%	6	40%
	Dewasa Muda (26 – 35 Tahun)	8	53,3%	8	53,3%
	Dewasa (36 – 45 Tahun)	5	33,4%	1	6,7%
	Lansia (>46 Tahun)	0	0%	0	0%
Masa Kerja	Baru (< 5 Tahun)	2	13,3%	11	73,3%
	Lama (> 5 Tahun)	13	86,7	4	26,7%
IMT	Under Weight	0	0%	0	0%
	Normal	5	33,4%	7	46,7%
	Over Weight	0	0%	0	0%
	Beresiko	3	20%	2	13,3%
	Obesitas 1	6	40%	6	40%
	Obesitas 2	1	6,6%	0	0%
Jenis Kelamin	Laki-laki	2	13,3%	5	33,4%
	Perempuan	13	86,7%	10	66,6%

Pada tabel 1, disajikan data distribusi responden berdasarkan faktor resiko ; Posisi Duduk, Durasi Duduk, Usia, Masa Kerja, IMT dan Jenis Kelamin. Pada kelompok kasus terdiri dan 15 orang responden yang bekerja dengan posisi duduk Non-Ergonomis sebanyak 8 orang (53,3%), durasi duduk yang lama sebanyak 13 orang (86,7%), didominasi oleh usia dewasa muda sebanyak 8 orang (53,3%), masa kerja lama sebanyak 13 orang (86,7), nilai IMT dominan obesitas 1 sebanyak 6 orang (40%) dengan jumlah perempuan lebih banyak yaitu 13 orang (86,7%). Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui dari 15 orang responden, sebanyak 11 orang (73,3%), durasi duduk singkat sebanyak 10 orang (66,6%), didominasi oleh usia dewasa muda sebanyak 8 orang (6,7%), memiliki masa kerja baru sebanyak 11 orang

Tabel 2. Pravalensi Nyeri Leher Pegawai RS Mitra Keluarga Surabaya

Kelompok	Pravalensi Nyeri (N=30)					
	Tidak Nyeri		Nyeri Sedang		Nyeri Berat	
Kelompok Kasus	0	0%	5	33,3%	10	66,7%
Kelompok Kontrol	10	66,7%	4	26,6%	1	6,7%

Tabel 2 menunjukkan pravalensi nyeri leher yang dirasakan oleh kelompok kasus dan kelompok kontrol terkait dengan faktor resiko. Pada kelompok kasus diketahui sebanyak 5 orang (33,3%) merasakan

nyeri leher sedang dan 10 orang (66,7%) merasakan nyeri leher berat. Pada kelompok kontrol diketahui terdapat 10 orang (66,7%) tidak merasa nyeri leher, sebanyak 4 orang (26,6%) merasakan nyeri leher sedang dan 1 orang (6,7%) merasakan nyeri leher berat.

PEMBAHASAN

Nyeri leher adalah rasa tidak nyaman sensasi yang timbul pada leher yang membawa hal yang kurang membuat senang yang berkaitan pada rusaknya aktual atau potensial baik secara spesifik maupun non-spesifik (Elavarasi, 2016). Penyebab pada nyeri leher dipengaruhi oleh berberapa faktor diantaranya yaitu; musculoskeletal, faktor nervorum, faktor vascularisasi, dan faktor bagian persendiannya (Hudaya dalam Prayoga, 2014). Nyeri leher yang dibiarkan dalam waktu yang Panjang dapat menyebabkan hal-hal yang tidak diinginkan salah satunya adalah menurunnya kemampuan dan prestasi dalam bekerja. Salah satu faktor resikonya adalah posisi duduk dan durasi. Dalam penelitian ini diketahui pada kelompok kasus sebanyak 53,3% nya bekerja dengan posisi duduk Non-Ergonomis dan 66,7% nya menderita nyeri leher yang berat. Sedangkan pada kelompok kontrol dimana sebanyak 73,3% nya bekerja dengan posisi duduk yang nyaman dan ergonomis diketahui 66,7% nya tidak merasakan nyeri leher. Sehingga, peneliti beranggapan bahwa posisi duduk yang nyaman dan ergonomis dapat mencegah munculnya rasa nyeri pada leher. Selain posisi duduk, lama atau durasi duduk juga merupakan faktor resiko lain munculnya nyeri leher. Pada penelitian ini diketahui, kelompok kasus memiliki 86,7% pegawai yang bekerja dengan sikap duduk lebih dari 2 jam/hari dan mengalami nyeri leher. Sedangkan pada kelompok kontrol memiliki 66,6% pegawai yang bekerja dengan sikap duduk kurang dari 2 jam/hari dan memiliki angka kejadian nyeri leher yang lebih sedikit. Hal ini sejalan dengan yang di kemukakan oleh Devi (2017) posisi duduk yang tidak nyaman seperti terlalu membungkuk atau menunduk saat menatap layar komputer atau gadget menyebabkan posisi leher cenderung menunduk dalam waktu yang lama dapat menyebabkan spasme pada otot leher. Keluhan yang dirasakan mulai dari keluhan ringan sampai berat. Otot leher yang menerima beban statis secara berulang dan dalam waktu yang lama maka dapat menyebabkan kelelahan pada otot, saraf, tendon, persendian, kartilago dan discus intervertebra sehingga menimbulkan nyeri leher.

Penelitian ini menunjukkan prevalensi nyeri leher dengan faktor resiko usia (53,3%) terjadi pada pegawai yang memiliki rentangan usia 26 – 35 tahun yang mana termasuk kategori usia dewasa muda baik pada kelompok kasus maupun kelompok kontrol. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut merupakan usia produktif seseorang sehingga ketika bekerja, seseorang akan menjadi fokus sehingga cenderung lupa waktu dalam bekerja. Selain itu, masa kerja pegawai ternyata juga berpengaruh terhadap kemungkinan terjadi nyeri leher. Dijelaskan dalam penelitian ini bahwa pegawai yang memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun, baik kelompok kasus maupun kelompok kontrol memiliki kecenderungan merasakan nyeri leher. Aktifitas monoton yang dilakukan dalam waktu lama dan berulang akan menimbulkan spasme otot, sehingga perlu dibarengi dengan aktifitas rekreasi dan peregangan otot agar dapat mencegah nyeri pada leher. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Situmorang (2020) tentang prevalensi nyeri leher pada rentang umur 20-35 tahun, dengan 66% orang merasakan nyeri leher karena faktor yang berhubungan dengan pekerjaan dan bekerja berjam-jam di depan laptop. Prevalensi nyeri leher meningkat seiring bertambahnya umur dan penggunaan komputer/laptop meningkat secara signifikan dalam waktu lebih dari 4 jam per hari.

Menurut Irianto (2017), Indeks Massa Tubuh didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi dengan tinggi badan dalam meter (kg/m^2). Pada kedua kelompok dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pegawai dengan IMT kategori Obesitas I sebanyak 40% cenderung memiliki nyeri pada leher. Menurut peneliti ini dikarenakan terjadinya perubahan postur tubuh yang berdampak pada biomekanika tubuh. Sehingga menyebabkan beberapa otot melemah kemudian membuat beberapa otot lain bekerja lebih dari seharusnya yang berakibat munculnya spasme. Salah satu kemungkinannya adalah spasme otot-otot leher yang berujung nyeri pada leher. Pendapat peneliti ini didukung oleh teori yang menjelaskan Jika dikaitkan dengan IMT, gangguan muskuloskeletal ekstremitas atas diduga disebabkan oleh orang gemuk yang menggunakan anggota tubuh mereka untuk menopang tubuh saat mengubah postur. Dari sudut pandang biomekanik, manifestasi penyakit ekstremitas atas, leher, dan bahu dapat didasarkan pada serangkaian proses metabolisme yang disebabkan oleh IMT tinggi pada pasien obesitas (F.J Tandirerung et al. 2019).

Pada penelitian ini diketahui bahwa sebanyak 23 orang (76,6%) adalah perempuan dengan keluhan nyeri leher. Hal ini dikarenakan fisiologis perempuan berbeda dengan laki-laki karena hormon dan fisik. Hal ini telah dijelaskan bahwa Kekuatan fisik pria dan wanita berbeda, terlihat dari fakta bahwa kekuatan fisik wanita adalah 2/3 dari kekuatan fisik pria. Karena siklus menstruasi, nifas, dan laktasi wanita, kekuatan wanita dan pria yang lebih tua hampir sama, sedangkan penurunan kekuatan pria yang lebih tua disebabkan oleh faktor usia (W.A.Triyanto, 2017).

Sistem kinerja adalah suatu proses yang dilakukan pegawai pada saat menjalankan suatu pekerjaan, mengoperasikan perangkat kerja yang menyangkut postur sikap kerja serta durasi dalam bekerja yang menghasilkan sesuatu yang konkret bisa diukur (Sedarmayanti, 2011). Untuk mewujudkan kinerja yang baik di RS Mitra Keluarga Surabaya, aspek kenyamanan saat bekerja sangatlah penting. Nyeri leher adalah salah satu problem yang sering dirasakan pegawai RS Mitra Keluarga Surabaya dimana peneliti telah membuat penelitian mengenai prevalensi nyeri leher terkait kinerja dan faktor resikonya yang menunjukkan 66,6% pegawai RS Mitra Keluarga Surabaya merasakan nyeri pada leher karena faktor resiko.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, prevalensi nyeri leher pegawai RS Mitra Keluarga Surabaya terkait kinerja dan faktor kinerjanya termasuk tinggi yaitu sebanyak 66,6%.

SARAN

Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah sampel lebih banyak agar data yang diperoleh lebih heterogen. Sehingga dapat diperoleh informasi yang lebih akurat terkait prevalensi nyeri leher terkait kinerja dan faktor resikonya.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, R. P. (2016). Hubungan Faktor Individu dan Postur Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal pada Pekerja Instalasi Binatu RSUP Dr. Sardjito. Thesis. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Devi, Sunhita. (2017). Pengaruh) Pengungkapan Management dan Pengungkapan Intellectual Capital Terhadap Nilai Perusahaan (*The Effect of Enterprise Risk Management Disclosure and Intellectual Capital Disclosure on Firm Value*).

- Jurnal Akuntansi dan Keuangan Indonesia Volume 14 Nomor 1.
- Elavarasi, P., & Kumar, K. H. (2016). *Definition of pain and classification of pain disorders*. *Journal of Advanced Clinical & Research Insights*, 3(June), pp. 87–90. doi: 10.15713/ins.jcri.112.
- Prayoga, R. Candra. (2014). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada *Cervical Syndrome E.C Spondylosis C3-6* Di RSUD DR.Moewardi. Surakarta: Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta. Purwaningsih.
- Irianto, P.(2017). Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan. Yogyakarta : CV. Andi Offset
- Kudsi, A. F. (2015). Faktor faktor yang mempengaruhi nyeri leher pada operator komputer. Lampung, Jurnal Kesehatan dan Agromedicine. Publied by part of acromedicine, fakulty of medicine Universitas Lampung.
- Kurniasih, A., Tjipta, G. D., Ali, M., Azlin, E., & Sianturi, P. (2011). *Effectiveness of phototherapy with reflecting curtains on neonatal jaundice*. *Paediatrica Indonesiana*, 51(5), 256-6
- Marcon, R. M., Cristante, A. F., Teixeira, W. J., Narasaki, D. K., Oliveira, R. P., & Pessoa de Barros Filho, T. E. (2013). Fractures of the cervical spine. *Clinics*, 68(11), 1455–1461. [https://doi.org/10.6061/clinics/2013\(11\)12](https://doi.org/10.6061/clinics/2013(11)12)
- Liyanage, E., Indrajith, L., & Khan, M. (2014). *Efficacy of Isometric Neck exercises and stretching with ergonomics over ergonomics alone in Computer Professionals*. *Department of Physiotherapy, Kruphanidhi College, Bangalore, India. International Journal of Scientific and Research Publications, Volume 4, Issue 9, September 2014* 154 ISSN 2250-3153
- Situmorang, C. K., at al. (2020). Hubungan Antara Durasi Dan Postur Tubuh Penggunaan komputer Terhadap Keluhan *Neck Pain* Pada Tenaga Kependidikan Fakultas kesehatan masyarakat Universitas Diponegoro. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* Volume 8, Nomor 5, September 2020. ISSN: 2715-5617 / e-ISSN: 2356-3346.
- Thompson, P., Morris, D., Saynor, M., & Hill, J. 2013. Neck pain. *Arthritis Research UK*.
- Wahyuningsih, N.W. (2017). Efektivitas *Mulligan Mobilization* dan *Infrared* dengan *Myofascial Release Technique* dan *Infrared* Terhadap Peningkatan Lingkup Gerak Sendi Nyeri Leher Non Spesifik Pada Penjahit Di Kecamatan Kuta. Skripsi universitas Udayana, Denpasar Bali.
- W. A. Triyanto. (2017). Rancang Bangun Portal

E-Commerce Kain Troso Di Kabupaten Jepara.
Prosiding SNATIF Ke-4: 499-506. Kudus, 25 Juli
2017: Fakultas Teknik Universitas Muria Kudus